

Міністерство освіти і науки України  
Національний університет водного господарства та  
природокористування  
Кафедра суспільних дисциплін

**07-03-286М**

## **МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ**

до семінарських занять та самостійного  
вивчення навчальної дисципліни  
**«Кризова психологія»**  
для здобувачів вищої освіти другого (магістерського) рівня за  
освітньо-професійною програмою Психологія  
спеціальності 053 «Психологія»  
денної і заочної форми навчання

Рекомендовано науково-  
методичною радою з якості ННІЕМ  
Протокол № 3 від 23.02.2021 р.

Рівне – 2021

Методичні вказівки до семінарських занять та самостійного вивчення з навчальної дисципліни «Кризова психологія» для здобувачів вищої освіти другого (магістерського) рівня за освітньо-професійною програмою Психологія спеціальності 053 «Психологія» денної і заочної форми навчання [Електронне видання] / Ставицький О. О. – Рівне : НУВГП, 2021. – 47 с.

Укладач: Ставицький О. О., доктор психологічних наук, професор кафедри суспільних дисциплін.

Схвалено на засіданні кафедри суспільних дисциплін.  
Протокол № 6 від 11.02.2021 року.

Відповідальний за випуск: Олексін Ю. П., доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри суспільних дисциплін.

Керівник групи забезпечення  
спеціальності 053 Психологія

Ставицький О. О.

© Ставицький О. О., 2021  
© Національний університет  
водного господарства та  
природокористування, 2021

## ЗМІСТ

1	Вступ	4
2	Методичні поради для роботи над дисципліною	7
3	Міждисциплінарна інтеграція	7
4	Тематичний зміст дисципліни	9
5	Теми семінарських занять	11
6	Плани семінарських занять	12
7	Завдання для самостійної роботи	32
8	Методи контролю	33
9	Питання до модульного контролю	36
10	Рекомендована література	44
11	Інформаційні ресурси	46

## Вступ

Реалізація конституційних прав і виконання громадянами обов'язків можуть бути здійснені за наявності політичної та соціальної стабільності, стійкого економічного розвитку. На шляху до їх суттєвого наповнення, на жаль, виникають широкомасштабні природні та техногенні катаклізми, які завдають величезних, часто і невідшкодованих втрат і збитків, відволікають на ліквідацію їх наслідків значні людські та матеріальні ресурси, призводять до психологічних травм та соціального напруження в суспільстві.

Надзвичайні ситуації у вигляді стихійних лих, катастроф, аварій тощо, породжуються природними, антропогенними та техногенними факторами.

Це проблема світового масштабу. Вона викликана, перш за все, протиріччями у взаємодії людини з навколишнім середовищем, а також особливостями господарської та виробничої діяльності. Значна кількість природних і техногенних процесів не є стихійними лихами до того часу, поки вони не є загрозою для здоров'я і життя людини, її діяльності. В силу ряду демографічних змін і спрямованості науково-технічної політики людство само йде назустріч різним небезпекам і само є потенційним джерелом не тільки виробничих аварій та катастроф, а й нерідко своєю діяльністю провокує стихійні природні і техногенні явища. Так, за статистикою, близько 80 відсотків випадків виникнення таких подій пов'язане з діяльністю людини.

Мета навчальної дисципліни «Кризова психологія»: виробити у студентів науковий світогляд і систему загальнотеоретичних та практично-орієнтованих знань щодо психологічні закономірності діяльності особистості при виникненні надзвичайних обставин та ситуацій, пов'язаних з підвищеним професійним ризиком, небезпекою для життя та здоров'я.

Предметом «Кризової психології» є вивчення загальнопсихологічних закономірностей функціонування психіки та життєдіяльності індивіда в зоні граничних

можливостей організму, особистості, групи, соціуму, а також удосконалювання управління та практичної діяльності підрозділів МНС України у надзвичайних ситуаціях.

Методологічну основу екстремальної психології складають концептуальні підходи до вивчення психологічного (професійного) стресу (В.О. Бодров, Л.О. Китаєв-Смик, R. Lazarus, А.Б. Леонова, Н.І. Наєнко, Г. Сельє, С.Д. Spielberger, В.В. Суворова та ін.).

Завданнями курсу є:

- визначення факторів та основних функціональних порушень психічної сфери особистості, що виникають у персоналу в кризових ситуаціях;
- вивчення психологічних особливостей дій особи в ризиконебезпечних ситуаціях;
- дослідження психологічного впливу різноманітних стрес-факторів на особистість;
- розробка новітніх методів та психотехнологій в межах екстремально-психологічної підготовки особистості;
- удосконалення професійно-психологічної підготовки працівників МНС України щодо забезпечення особистої безпеки та виживання в ризиконебезпечних ситуаціях службової діяльності;
- діагностика, профілактика та корекція негативних психічних станів, що виникають в особистості під впливом ризиконебезпечних ситуацій;
- надання екстреної психологічної допомоги особам, які зазнали сильного психотравмуючого впливу;
- розробка сучасних методів постекстремальної роботи з особою, психологічне забезпечення відновлювального періоду її діяльності.

Вивчення навчальної дисципліни «Кризова психологія» спрямовано на формування таких компетенцій:

**Загальні компетенції:**

ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК3. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).

ЗК4. Уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми.

ЗК6. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).

**Фахові компетенції:**

ФК6. Здатність ефективно взаємодіяти з колегами в моно- та мультидисциплінарних командах.

ФК7. Здатність приймати фахові рішення у складних і непередбачуваних умовах, адаптуватися до нових ситуацій професійної діяльності.

ФК8. Здатність оцінювати межі власної фахової компетентності та підвищувати професійну кваліфікацію.

ФК10. Здатність розробляти та впроваджувати інноваційні методи психологічної допомоги клієнтам у складних життєвих ситуаціях.

**Очікуванні результати навчання:** вивчення студентами навчальної дисципліни «Кризова психологія» передбачає такі програмні результати:

ПР1. Здійснювати пошук, опрацювання та аналіз професійно важливих знань із різних джерел із використанням сучасних інформаційно-комунікаційних технологій.

ПР4. Робити психологічний прогноз щодо розвитку особистості, груп, організацій.

ПР8. Оцінювати ступінь складності завдань діяльності та приймати рішення про звернення за допомогою або підвищення кваліфікації.

ПР9. Вирішувати етичні дилеми з опорою на норми закону, етичні принципи та загальнолюдські цінності.

РН11. Здійснювати адаптацію та модифікацію існуючих наукових підходів і методів до конкретних ситуацій професійної діяльності.

Знання, засвоєні в межах зазначеної дисципліни, будуть використані для розширення власного та професійного світогляду.

## **2. Методичні поради для роботи над дисципліною**

Зміст навчальної дисципліни реалізується опануванням трьома основними блоками: теоретичним, практичним та блоком завдань самостійної роботи.

Напрямами самостійної роботи з вивчення курсу є: вивчення окремих тем та питань, підготовка запланованих виступів та презентацій, підготовка до семінарських занять.

Для розуміння студентами змісту курсу, системи роботи на семінарських заняттях та самостійного вивчення, форм поточного й підсумкового контролю ці методичні вказівки містять програму навчальної дисципліни, теми і плани семінарських занять, теми самостійної роботи та вимоги до звіту про її виконання, індивідуальні завдання, питання до модульного контролю, рекомендовану літературу, інформаційні ресурси.

Для успішної підготовки до семінарського заняття розділ «Плани семінарських занять» містить тему, вид семінарського заняття, методи, які будуть застосовуватись в процесі проведення семінару, мотивацію навчання, мету, актуалізацію опорних знань, план, основні поняття, зміст узагальнення вивченого, завдання для підготовки до семінарського заняття, контрольні запитання до теми та літературу з вказівкою сторінок вивчення відповідної теми.

З метою узагальнення вивченого, успішного виконання вправ, психологічних та контрольних тестів, студентам пропонуються методичні рекомендації з опрацювання конспекту лекцій та першоджерел, рекомендованої літератури та контрольні запитання для самоперевірки.

## **3. Міждисциплінарна інтеграція**

1. Попередні (забезпечуючі) дисципліни: історія психології, загальна психологія, соціальна психологія, диференціальна психологія, вікова психологія, психологія управління, психологія конфлікту, психодіагностика, психокорекція.

2. Наступні дисципліни ті, що забезпечуються: психологія інвалідності, арт-терапія, проєктивні методи дослідження особистості, психологія адиктивної поведінки.

3. Внутрішньопредметна інтеграція (між темами даної дисципліни): принцип контрастуючих пар.



#### **4. Тематичний зміст дисципліни**

##### **Модуль 1. Психологія кризових ситуацій**

##### **Тема 1. Предмет, задачі та методи кризової психології.**

Предмет екстремальної психології. Задачі екстремальної психології. Методи екстремальної психології. Програма і методика вивчення психологічних особливостей особового складу МНС України (на прикладі працівників аварійно-рятувальних підрозділів МНС України).

##### **Тема 2. Основні поняття, що використовуються в межах кризової психології, їх семантичний та феноменологічний аналіз.**

Семантичний та феноменологічний аналіз понять “стрес”, “психологічний стрес”, “психічна напруженість” та “емоційний стрес”. Диференціація стресу, емоційних станів та стомлення. Семантичний диференціал понять “стрес”, “психічне вигорання” та “посттравматичний стрес”. Професійний стрес.

##### **Тема 3. Класифікація кризових ситуацій та їх психологічний аналіз.**

Аналіз понять, що використовуються в законодавстві України для відображення та опису ризиконебезпечних ситуацій у діяльності представників екстремальних професій. Проблема екстремальності в сучасній психологічній науці.

##### **Тема 4. Психологічні наслідки діяльності в умовах кризових ситуацій.**

Основні психічні стани та реакції, що виникають в особистості в екстремальних ситуаціях службової діяльності. Суб'єктивна значущість стресогенності екстремальних ситуацій у службовій діяльності та їх психологічні наслідки. Психологічні особливості суб'єкта, що визначають індивідуальну варіабельність реакцій на розвиток професійного стресу та посттравматичних стресових порушень.

##### **МОДУЛЬ 2. Психологія кризових станів.**

##### **Тема 5. Оцінка професійного стресу та посттравматичних стресових порушень, при виконанні задач в умовах кризових ситуаціях.**

Оцінка рівня професійного стресу. Фізіологічні виміри професійного стресу. Біохімічні виміри професійного стресу. Психологічні виміри професійного стресу. Поведінкові виміри професійного стресу. Методи діагностики посттравматичних стресових порушень.

#### **Тема 6. Психологічні складові екстремальної надійності особистості.**

Поняття професійної та функціональної надійності особистості. Професійна надійність. Адаптивні можливості особистості. Можливі варіанти стереотипних форм поведінки. Розробка і побудова шкали індивідуальної екстремальності та коефіцієнта індивідуальної успішності. виконання персоналом МНС.

#### **МОДУЛЬ 3. Психологія корекції та реабілітації особистості, яка перебувала у кризовій ситуації.**

#### **Тема 7. Концептуальні положення екстремальної професійно-психологічної підготовки особистості.**

Організація екстремальної професійно-психологічної підготовки особистості. Сучасні психолого-педагогічні технології розвитку екстремально значущих якостей особистості. Методика перевірки й оцінки екстремальної психологічної підготовленості особистості.

#### **Тема 8. Основні напрями роботи практичних психологів щодо зниження впливу професійного стресу та посттравматичних стресових порушень на особистість.**

Основні стратегії регуляції професійного стресу. Специфіка психологічної роботи в умовах надзвичайної ситуації. Корекція як компонент психологічної роботи. Комунікативні способи психологічної підтримки. Психологічне забезпечення відновлювального періоду діяльності.

## 5. Теми семінарських занять

№ з\п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
1	Тема 1. Предмет, задачі та методи кризової психології.	2	
2	Тема 2. Основні поняття, що використовуються в межах кризової психології, їх семантичний та феноменологічний аналіз.	4	
3	Тема 3. Класифікація кризових ситуацій та їх психологічний аналіз.	4	2
4	Тема 4. Психологічні наслідки діяльності в умовах кризових ситуацій.	4	
5	Тема 5. Оцінка професійного стресу та посттравматичних стресових порушень, при виконанні задач в умовах кризових ситуаціях.	4	
6	Тема 6. Психологічні складові екстремальної надійності особистості.	4	2
7	Тема 7. Концептуальні положення екстремальної професійно-психологічної підготовки особистості.	4	2
8	Тема 8. Основні напрями роботи практичних психологів щодо зниження впливу професійного стресу та посттравматичних стресових порушень на особистість.	4	2
<b>Разом</b>		<b>30</b>	<b>8</b>

## 6. Плани семінарських занять

### Семінарське заняття № 1

**Тема:** Предмет, задачі та методи кризової психології.

**Вид заняття:** семінар-розгорнута бесіда.

**Методи:** бесіда, діагностика знань, психологічне дослідження, самостійна робота.

**Мотивація навчання** особистісне і професійне самовдосконалення.

#### **Мета:**

- *ознайомитись* з предметом, завданнями та історією наукової кризової психології.
- *знати:* предмет, завдання, систему і методи кризової психології, історію розвитку кризової психології.
- *оволодіти:* знаннями психологічними механізмами формування, функціонування та розвитку психічних явищ, процесів, властивостей, виокремлювати причини та фактори, що диференціюють характер їх індивідуального функціонування та розвитку;.
- *вміти:* використовувати принципи кризової психології для аналізу динаміки, спілкування, міжособистісної та між групової взаємодії а також здатність використовувати теоретичні засади психокорекційної роботи роботи.

**Актуалізація опорних знань:** запитання для виявлення рівня знань студентів із курсу загальної психології, антропології, диференціальної психології, соціальної психології.

### **План**

1. Предмет екстремальної психології.
2. Задачі екстремальної психології.
3. Методи екстремальної психології.
4. Програма і методика вивчення психологічних особливостей особового складу МНС України (на прикладі працівників аварійно-рятувальних підрозділів МНС України).

5. Перспективи розвитку кризової психології в Україні.

6. Сфери використання та компетенції кризової психології.

**Основні поняття теми:** предмет дослідження, розвиток, людина, методи, особистість, індивід, індивідуальність, методи, методологія, кризові ситуації. Екстремальні ситуації.

**Узагальнення вивченого:** виконання вправ, робота з тестами за темою.

**Завдання для підготовки до семінарського заняття:**

**I.** З метою узагальнення, успішного виконання вправ, психологічних та контрольних тестів, опрацювавши конспект лекції та рекомендовану літературу, знати відповіді на запропоновані запитання.

**Контрольні запитання до теми**

1. Що є предметом вивчення кризової психології?
2. Які основні категорії кризової психології?
3. Місце кризової психології в системі наукового знання?
4. Яке практичне значення та які задачі кризової психології на сучасному етапі суспільного розвитку?
5. Які основні психологічні ідеї містяться у працях античних мислителів і філософів нового часу?
6. Назвіть етапи розвитку зарубіжної кризової психології в другій половині XX сторіччя.
7. Які Ви знаєте постмодерністські теорії в кризовій психології?
8. Який внесок радянських і пострадянських психологів у розвиток кризової психології?

**II.** Опрацювавши рекомендовану літературу, законспектувати та підготувати виступи з презентацією в PowerPoint відповідно до плану семінарського заняття.

**Література:**

1. Александровский Ю., Лобастов О., Спивак И. и др. Психогении в экстремальных ситуациях. М., 1991.
2. Корекційна робота психолога / упоряд. О. Главник. К. : Шкільний світ, 2002. 112 с.

3. Короленко Ц. П. Психология человека в экстремальных условиях. Л. : Наука, 1978.
4. Кризова психологія : навчальний посібник / За заг. ред. проф. О. В. Тімченка. Х. : НУЦЗУ, 2010. 401 с.
5. Лоренсо Луис Алексис. Психологічні основи міжнародних реабілітаційних програм для потерпілих від крупномасштабних критичних інцидентів : автореф. дис. ... канд. психол. наук. Харків, 2000.
6. Луппо С. Е. Стратегії подолання психічної травми. *Соціальна психологія*. Київ : Український центр політичного менеджменту, 2004. № 5 (7), С.25–35.
7. Луппо С.Є. Методи психологічного консультування та психотерапії посттравматичних станів. *Сучасні напрямки психологічного консультування в системі освіти*. Збірник матеріалів конференції. Київ : КМПУВ ім. Б. Грінченка, 2001.
8. Психология экстремальных ситуаций: Хрестоматия / сост. А. Е. Сельченко / М. : АСТ, Мн. : Харвест. 2002. 480 с. 11.
9. Тарабрина Н. В. Практикум по психологии посттравматического стресса. СПб. : Питер, М.- Харьков-Минск, 2001. 27 с.
10. Титаренко Т. М. Життєві кризи: технології консультування. Перша частина. К. : Главник, 2007. 144 с.
11. Титаренко Т. М. Життєві кризи: технології консультування. Друга частина. К. : Главник, 2007. 176 с.
12. Яценко Т. С. Основи глибинної психокорекції: феноменологія, теорія і практика : навч. посібник. К. : 2006. 254 с.

## **Семінарське заняття № 2**

**Тема:** Основні поняття, що використовуються в межах кризової психології, їх семантичний та феноменологічний аналіз.

**Вид заняття:** семінар-розгорнута бесіда.

**Методи:** бесіда, діагностика знань, психологічне дослідження, самостійна робота.

**Мотивація навчання** особистісне і професійне самовдосконалення.

### **Мета:**

- *ознайомитись* з основами формування та розвитку психічно здорової свідомості та самосвідомості особистості.
- *знати*: основні соціально-психологічні підходи до аналізу та механізми розвитку свідомості особистості, Я–концепції.
- *оволодіти*: знаннями основних соціально-психологічних механізмів соціалізації та становлення психології здоров'я.
- *вміти*: аналізувати прояви моральної, безпекової та правової свідомості особистості.

**Актуалізація опорних знань:** контрольні запитання з матеріалу попередньої теми. Термінологічний диктант.

### **План**

1. Семантичний та феноменологічний аналіз понять “стрес”, “психологічний стрес”, “психічна напруженість” та “емоційний стрес”.

2. Диференціація стресу, емоційних станів та стомлення.

3. Семантичний диференціал понять “стрес”, “психічне вигорання” та “посттравматичний стрес”.

4. Професійний стрес.

5. **Основні поняття теми:** соціалізація, соціальні норми, правосвідомість, взаємодія, правові норми, девіантність, антисоціальна поведінка, стрес, посттравматичний стрес, дистрес, тригери, психічне вигорання, посттравматичний стрес, психічна напруженість, емоційний стрес.

**Узагальнення вивченого:** виконання вправ, робота з тестами за темою.

### **Завдання для підготовки до семінарського заняття:**

**I.** 3 метою узагальнення, успішного виконання вправ, психологічних та контрольних тестів, опрацювавши конспект лекції та рекомендовану літературу, знати відповіді на запропоновані запитання.

### **Контрольні запитання до теми**

1. Що суттєве у визначенні стресу?
2. Які є етапи виникнення та перебігу стресу?
3. Охарактеризуйте основні етапи стресової ситуації.
4. Дайте визначення дистресу.
5. Що таке норма в кризовій психології?
6. Які є види стресу?
7. Який вплив стресу на особистість?
8. Як Ви розумієте категорію «ПТСР»?
9. Що таке «тригер»? Які вони бувають?
10. Назвіть ознаки емоційного вигорання.

**II.** Опрацювавши рекомендовану літературу, законспектувати та підготувати виступи з презентацією в PowerPoint відповідно до плану семінарського заняття.

### **Література:**

1. Александровский Ю., Лобастов О., Спивак И. и др. Психогении в экстремальных ситуациях. М., 1991
2. Корекційна робота психолога / упоряд. О. Главник. К. : Шкільний світ, 2002. 112 с.
3. Короленко Ц. П. Психология человека в экстремальных условиях. Л. : Наука, 1978.
4. Кризова психологія : навчальний посібник / За заг. ред. проф. О. В. Тімченка. Х. : НУЦЗУ, 2010. 401 с.
5. Лоренсо Луис Алексис. Психологічні основи міжнародних реабілітаційних програм для потерпілих від крупномасштабних критичних інцидентів : автореф. дис. ... канд. психол. наук. Харків, 2000.
6. Луппо С. Е. Стратегії подолання психічної травми. *Соціальна психологія*. Київ : Український центр політичного менеджменту, 2004. № 5 (7), С. 25–35.
7. Луппо С. Є. Методи психологічного консультування та психотерапії посттравматичних станів. *Сучасні напрямки психологічного консультування в системі освіти*. Збірник матеріалів конференції. Київ : КМПУВ ім. Б. Грінченка, 2001.
8. Психология экстремальных ситуаций: Хрестоматия / сост. А. Е. Сельченко. М. : АСТ, Мн.: Харвест. 2002. 480 с. 11.



9. Тарабрина Н. В. Практикум по психологии посттравматического стресса. СПб. : Питер, М.- Харьков-Минск, 2001. 27 с.
10. Титаренко Т. М. Життєві кризи: технології консультування. Перша частина. К. : Главник, 2007. 144 с.
11. Титаренко Т. М. Життєві кризи: технології консультування. Друга частина. К. : Главник, 2007. 176 с.
12. Яценко Т.С. Основи глибинної психокорекції: феноменологія, теорія і практика : навч. посібник. К. : 2006. 254 с.

### **Семінарське заняття № 3**

**Тема:** Класифікація кризових ситуацій та їх психологічний аналіз.

**Вид заняття:** семінар-розгорнута бесіда.

**Методи:** бесіда, діагностика знань, психологічне дослідження, самостійна робота.

**Мотивація навчання** особистісне і професійне самовдосконалення.

**Мета:**

- *ознайомитись* з класифікацією кризових ситуацій.
- *знати*: особливості психології дій у кризових ситуаціях.
- *оволодіти*: знаннями основних особливостей кризової та екстремальної психології.
- *вміти*: аналізувати явища повсякденного життя з позицій кризової психології.

**Актуалізація опорних знань:** контрольні запитання з матеріалу попередньої теми. Термінологічний диктант.

### **План**

1. Аналіз понять, що використовуються в законодавстві України для відображення та опису ризиконебезпечних ситуацій у діяльності представників екстремальних професій.
2. Проблема екстремальності в сучасній психологічній науці.

**Основні поняття теми:** особистість, соціально-психологічні властивості (якості) особистості, ціннісні орієнтації, характеристика, кризова ситуація, інформаційно-пошукові дії, компетентність, типологія, інформаційно-пошукові дії.

**Узагальнення вивченого:** виконання вправ, робота з тестами за темою.

**Завдання для підготовки до семінарського заняття:**

**I.** З метою узагальнення, успішного виконання вправ, психологічних та контрольних тестів, опрацювавши конспект лекції та рекомендовану літературу, знати відповіді на запропоновані запитання.

**Контрольні запитання до теми**

1. Які поняття, використовуються в законодавстві України для відображення та опису ризиконебезпечних ситуацій?
2. В чому особливості діяльності представників екстремальних професій?
3. Які ви знаєте екстремальні професії?
4. Які існують проблеми екстремальності в сучасній психологічній науці.

**II.** Опрацювавши рекомендовану літературу, законспектувати та підготувати виступи з презентацією в PowerPoint відповідно до плану семінарського заняття.

**Література:**

1. Александровский Ю., Лобастов О., Спивак И. и др. Психогении в экстремальных ситуациях. М., 1991
2. Корекційна робота психолога / упоряд. О. Главник. К. : Шкільний світ, 2002. 112 с.
3. Короленко Ц. П. Психология человека в экстремальных условиях. Л. : Наука, 1978.
4. Кризова психологія : навчальний посібник / За заг. ред. проф. О. В. Тімченка. Х. : НУЦЗУ, 2010. 401 с.
5. Лоренсо Луис Алексис. Психологічні основи міжнародних реабілітаційних програм для потерпілих від крупномасштабних критичних інцидентів : автореф. дис. ... канд. психол. наук. Харків, 2000.

6. Луппо С. Е. Стратегії подолання психічної травми. *Соціальна психологія*. Київ : Український центр політичного менеджменту, 2004. № 5 (7), С. 25–35.
7. Луппо С. Є. Методи психологічного консультування та психотерапії посттравматичних станів. *Сучасні напрямки психологічного консультування в системі освіти*. Збірник матеріалів конференції. Київ : КМПУВ ім. Б. Грінченка, 2001.
8. Психология экстремальных ситуаций: Хрестоматия / сост. А. Е. Сельченко. М. : АСТ, Мн.: Харвест. 2002. 480 с. 11.
9. Тарабрина Н. В. Практикум по психологии посттравматического стресса. СПб. : Питер, М.- Харьков-Минск, 2001. 27 с.
10. Титаренко Т. М. Життєві кризи: технології консультування. Перша частина. К. : Главник, 2007. 144 с.
11. Титаренко Т. М. Життєві кризи: технології консультування. Друга частина. К. : Главник, 2007. 176 с.
12. Яценко Т.С. Основи глибинної психокорекції: феноменологія, теорія і практика : навч. посібник. К. : 2006. 254 с.

#### **Семінарське заняття № 4**

**Тема:** Психологічні наслідки діяльності в умовах кризових ситуацій.

**Вид заняття:** семінар-розгорнута бесіда.

**Методи:** бесіда, діагностика знань, психологічне дослідження, самостійна робота.

**Мотивація навчання** особистісне і професійне самовдосконалення.

**Мета:**

*ознайомитись* з психологічною діяльністю в умовах кризових ситуацій.

- *знати:* основні психологічні характеристики особистості в кризовій діяльності.
- *оволодіти:* знаннями основних психологічних закономірностей діяльності в кризових ситуаціях.
- *вміти:* аналізувати діяльність особистості з позицій кризової психології.

**Актуалізація опорних знань:** контрольні запитання з матеріалу попередньої теми. Термінологічний диктант.

### **План**

1. Основні психічні стани та реакції, що виникають в особистості в екстремальних ситуаціях службової діяльності.
2. Суб'єктивна значущість стресогенності екстремальних ситуацій у службовій діяльності та їх психологічні наслідки.
3. Психологічні особливості суб'єкта, що визначають індивідуальну варіабельність реакцій на розвиток професійного стресу та посттравматичних стресових порушень.

**Основні поняття теми:** особистість, соціально-психологічні закономірності, настанови, атитюд, установка, свідомість, потерпілий, психічні стани та реакції, екстремальні ситуації, службова діяльність, суб'єктивна значущість стресогенності екстремальних ситуацій, індивідуальна варіабельність реакцій, розвиток професійного стресу, посттравматичні стресові порушенн.

**Узагальнення вивченого:** виконання вправ, робота з тестами за темою.

### **Завдання для підготовки до семінарського заняття:**

**I. 3** метою узагальнення, успішного виконання вправ, психологічних та контрольних тестів, опрацювавши конспект лекції та рекомендовану літературу, знати відповіді на запропоновані запитання.

### **Контрольні запитання до теми**

1. Які основні психічні стани та реакції, виникають в особистості в екстремальних ситуаціях?
2. В чому полягає суб'єктивна значущість стресогенності екстремальних ситуацій?
3. Які психологічні наслідки стресогенності?
4. Які психологічні особливості суб'єкта визначають індивідуальну варіабельність реакцій на розвиток

професійного стресу та посттравматичних стресових порушень?

**II.** Опрацювавши рекомендовану літературу, законспектувати та підготувати виступи з презентацією в PowerPoint відповідно до плану семінарського заняття.

### **Література:**

1. Александровский Ю., Лобастов О., Спивак И. и др. Психогении в экстремальных ситуациях. М., 1991
2. Корекційна робота психолога / упоряд. О. Главник. К. : Шкільний світ, 2002. 112 с.
3. Короленко Ц. П. Психология человека в экстремальных условиях. Л. : Наука, 1978.
4. Кризова психологія : навчальний посібник / За заг. ред. проф. О. В. Тімченка. Х. : НУЦЗУ, 2010. 401 с.
5. Лоренсо Луис Алексис. Психологічні основи міжнародних реабілітаційних програм для потерпілих від крупномасштабних критичних інцидентів : автореф. дис. ... канд. психол. наук. Харків, 2000.
6. Луппо С. Е. Стратегії подолання психічної травми. *Соціальна психологія*. Київ : Український центр політичного менеджменту, 2004. № 5 (7), С. 25–35.
7. Луппо С. Є. Методи психологічного консультування та психотерапії посттравматичних станів. *Сучасні напрямки психологічного консультування в системі освіти*. Збірник матеріалів конференції. Київ : КМІУВ ім. Б. Грінченка, 2001.
8. Психология экстремальных ситуаций: Хрестоматия / сост. А. Е. Сельченко. М. : АСТ, Мн.: Харвест. 2002. 480 с. 11.
9. Тарабрина Н. В. Практикум по психологии посттравматического стресса. СПб. : Питер, М.- Харьков-Минск, 2001. 27 с.
10. Титаренко Т. М. Життєві кризи: технології консультування. Перша частина. К. : Главник, 2007. 144 с.
11. Титаренко Т. М. Життєві кризи: технології консультування. Друга частина. К. : Главник, 2007. 176 с.
12. Яценко Т.С. Основи глибинної психокорекції: феноменологія, теорія і практика : навч. посібник. К. : 2006. 254 с.

## Семінарське заняття № 5

**Тема:** Оцінка професійного стресу та посттравматичних стресових порушень, при виконанні задач в умовах кризових ситуацій

**Вид заняття:** семінар-розгорнута бесіда.

**Методи:** бесіда, діагностика знань, психологічне дослідження, самостійна робота.

**Мотивація навчання** особистісне і професійне самовдосконалення.

**Мета:**

*ознайомитись* з психологічною діяльністю в умовах кризових ситуацій.

- *знати:* основні психологічні характеристики особистості в кризовій діяльності.
- *оволодіти:* знаннями основних психологічних закономірностей діяльності в кризових ситуаціях.
- *вміти:* аналізувати діяльність особистості з позицій кризової психології.

**Актуалізація опорних знань:** контрольні запитання з матеріалу попередньої теми. Термінологічний диктант.

### План

1. Оцінка рівня професійного стресу.
2. Фізіологічні виміри професійного стресу.
3. Біохімічні виміри професійного стресу.
4. Психологічні виміри професійного стресу.
5. Поведінкові виміри професійного стресу.
6. Методи діагностики посттравматичних стресових порушень.

**Основні поняття теми:** особистість, рівень професійного стресу, фізіологічні виміри професійного стресу, біохімічні виміри професійного стресу, психологічні виміри професійного стресу, поведінкові виміри професійного стресу, методи діагностики, посттравматичні стресові порушення.

**Узагальнення вивченого:** виконання вправ, робота з тестами за темою.

### **Завдання для підготовки до семінарського заняття:**

**I.3** метою узагальнення, успішного виконання вправ, психологічних та контрольних тестів, опрацювавши конспект лекції та рекомендовану літературу, знати відповіді на запропоновані запитання.

#### **Контрольні запитання до теми**

1. Як оцінити рівень професійного стресу?
2. Які фізіологічні виміри професійного стресу?
3. Які біохімічні виміри професійного стресу?
4. Які психологічні виміри професійного стресу?
5. Які поведінкові виміри професійного стресу?
6. Які ви знаєте методи діагностики посттравматичних стресових порушень?

**II.** Опрацювавши рекомендовану літературу, законспектувати та підготувати виступи з презентацією в PowerPoint відповідно до плану семінарського заняття.

#### **Література:**

1. Александровский Ю., Лобастов О., Спивак И. и др. Психогении в экстремальных ситуациях. М., 1991
2. Корекційна робота психолога / упоряд. О. Главник. К. : Шкільний світ, 2002. 112 с.
3. Короленко Ц. П. Психология человека в экстремальных условиях. Л. : Наука, 1978.
4. Кризова психологія : навчальний посібник / За заг. ред. проф. О. В. Тімченка. Х. : НУЦЗУ, 2010. 401 с.
5. Лоренсо Луис Алексис. Психологічні основи міжнародних реабілітаційних програм для потерпілих від крупномасштабних критичних інцидентів : автореф. дис. ... канд. психол. наук. Харків, 2000.
6. Луппо С. Е. Стратегії подолання психічної травми. *Соціальна психологія*. Київ : Український центр політичного менеджменту, 2004. № 5 (7), С. 25–35.
7. Луппо С. Є. Методи психологічного консультування та психотерапії посттравматичних станів. *Сучасні напрямки психологічного консультування в системі освіти*. Збірник матеріалів конференції. Київ : КМІУВ ім. Б. Грінченка, 2001.

8. Психология экстремальных ситуаций: Хрестоматия / сост. А. Е. Сельченко. М. : АСТ, Мн.: Харвест. 2002. 480 с. 11.
9. Тарабрина Н. В. Практикум по психологии посттравматического стресса. СПб. : Питер, М.- Харьков-Минск, 2001. 27 с.
10. Титаренко Т. М. Життєві кризи: технології консультування. Перша частина. К. : Главник, 2007. 144 с.
11. Титаренко Т. М. Життєві кризи: технології консультування. Друга частина. К. : Главник, 2007. 176 с.
12. Яценко Т.С. Основи глибинної психокорекції: феноменологія, теорія і практика : навч. посібник. К. : 2006. 254 с.

### **Семінарське заняття № 6**

**Тема:** Психологічні складові екстремальної надійності особистості.

**Вид заняття:** семінар-розгорнута бесіда.

**Методи:** бесіда, діагностика знань, психологічне дослідження, самостійна робота.

**Мотивація навчання** особистісне і професійне самовдосконалення.

#### **Мета:**

- *ознайомитись* із основними проявами психології екстремальної надійності.
- *знати:* основні прояви екстремальної надійності.
- *оволодіти:* знаннями основних соціально-психологічних механізмів формування екстремальної надійності.
- *вміти:* аналізувати явища повсякденного життя з позицій кризової психології.

**Актуалізація опорних знань:** контрольні запитання з матеріалу попередньої теми. Термінологічний диктант.

#### **План**

1. Поняття професійної та функціональної надійності особистості.
2. Професійна надійність.
3. Адаптивні можливості особистості.
4. Можливі варіанти стереотипних форм поведінки.



5. Розробка і побудова шкали індивідуальної екстремальності та коефіцієнта індивідуальної успішності виконання персоналом МНС.

**Основні поняття теми:** особистість, натовп, масовидна поведінка, агресія, професійна надійність, адаптація, маніпулятивний вплив, стереотипні форми поведінки.

**Узагальнення вивченого:** виконання вправ, робота з тестами за темою.

### **Завдання для підготовки до семінарського заняття:**

**I.3** метою узагальнення, успішного виконання вправ, психологічних та контрольних тестів, опрацювавши конспект лекції та рекомендовану літературу, знати відповіді на запропоновані запитання.

#### **Контрольні запитання до теми**

1. Дайте визначення поняття професійної та функціональної надійності особистості.

2. В чому полягає професійна надійність?

3. Які адаптивні можливості особистості?

4. Які можливі варіанти стереотипних форм поведінки?

5. Особливості шкали індивідуальної екстремальності та коефіцієнта індивідуальної успішності виконання персоналом МНС.

**II.** Опрацювавши рекомендовану літературу, законспектувати та підготувати виступи з презентацією в PowerPoint відповідно до плану семінарського заняття.

#### **Література:**

1. Александровский Ю., Лобастов О., Спивак И. и др. Психогении в экстремальных ситуациях. М., 1991

2. Корекційна робота психолога / упоряд. О. Главник. К. : Шкільний світ, 2002. 112 с.

3. Короленко Ц. П. Психология человека в экстремальных условиях. Л. : Наука, 1978.

4. Кризова психологія : навчальний посібник / За заг. ред. проф. О. В. Тімченка. Х. : НУЦЗУ, 2010. 401 с.

5. Лоренсо Луис Алексис. Психологічні основи міжнародних реабілітаційних програм для потерпілих від крупномасштабних

критичних інцидентів : автореф. дис. ... канд. психол. наук. Харків, 2000.

6. Луппо С. Е. Стратегії подолання психічної травми. *Соціальна психологія*. Київ : Український центр політичного менеджменту, 2004. № 5 (7), С. 25–35.

7. Луппо С. Є. Методи психологічного консультування та психотерапії посттравматичних станів. *Сучасні напрямки психологічного консультування в системі освіти*. Збірник матеріалів конференції. Київ : КМУВ ім. Б. Грінченка, 2001.

8. Психология экстремальных ситуаций: Хрестоматия / сост. А. Е. Сельченко. М. : АСТ, Мн.: Харвест. 2002. 480 с. 11.

9. Тарабрина Н. В. Практикум по психологии посттравматического стресса. СПб. : Питер, М.- Харьков-Минск, 2001. 27 с.

10. Титаренко Т. М. Життєві кризи: технології консультування. Перша частина. К. : Главник, 2007. 144 с.

11. Титаренко Т. М. Життєві кризи: технології консультування. Друга частина. К. : Главник, 2007. 176 с.

12. Яценко Т.С. Основи глибинної психокорекції: феноменологія, теорія і практика : навч. посібник. К. : 2006. 254 с.

### **Семінарське заняття № 7**

**Тема:** Концептуальні положення екстремальної професійно-психологічної підготовки особистості.

**Вид заняття:** семінар-розгорнута бесіда.

**Методи:** бесіда, діагностика знань, психологічне дослідження, самостійна робота.

**Мотивація навчання** особистісне і професійне самовдосконалення.

#### **Мета:**

- *ознайомитись* із основними проявами психології екстремальної професійно-психологічної підготовки особистості.
- *знати:* основні етапи екстремальної підготовки.
- *оволодіти:* знаннями основних соціально-психологічних механізмів формування екстремальної надійності.

- *вміти*: аналізувати явища повсякденного життя з позицій кризової психології.

**Актуалізація опорних знань:** контрольні запитання з матеріалу попередньої теми. Термінологічний диктант.

## **План**

1. Організація екстремальної професійно-психологічної підготовки особистості.
2. Сучасні психолого-педагогічні технології розвитку екстремально значущих якостей особистості.
3. Методика перевірки й оцінки екстремальної психологічної підготовленості особистості.

**Основні поняття теми:** особистість, спілкування, комунікація, тероризм, переговори, заручники, геосейсмічна активність.

**Узагальнення вивченого:** виконання вправ, робота з тестами за темою.

### **Завдання для підготовки до семінарського заняття:**

**I.** З метою узагальнення, успішного виконання вправ, психологічних та контрольних тестів, опрацювавши конспект лекції та рекомендовану літературу, знати відповіді на запропоновані запитання.

### **Контрольні запитання до теми.**

1. В чому сутність організації екстремальної професійно-психологічної підготовки особистості?
2. Які сучасні психолого-педагогічні технології розвитку екстремально значущих якостей особистості?
3. Які є методики перевірки й оцінки екстремальної психологічної підготовленості особистості?

**II.** Опрацювавши рекомендовану літературу, законспектувати та підготувати виступи з презентацією в PowerPoint відповідно до плану семінарського заняття.

### **Література:**

1. Александровский Ю., Лобастов О., Спивак И. и др. Психогении в экстремальных ситуациях. М., 1991

2. Корекційна робота психолога / упоряд. О. Главник. К. : Шкільний світ, 2002. 112 с.
3. Короленко Ц. П. Психология человека в экстремальных условиях. Л. : Наука, 1978.
4. Кризова психологія : навчальний посібник / За заг. ред. проф. О. В. Тімченка. Х. : НУЦЗУ, 2010. 401 с.
5. Лоренсо Луис Алексис. Психологічні основи міжнародних реабілітаційних програм для потерпілих від крупномасштабних критичних інцидентів : автореф. дис. ... канд. психол. наук. Харків, 2000.
6. Луппо С. Е. Стратегії подолання психічної травми. *Соціальна психологія*. Київ : Український центр політичного менеджменту, 2004. № 5 (7), С. 25–35.
7. Луппо С. Є. Методи психологічного консультування та психотерапії посттравматичних станів. *Сучасні напрямки психологічного консультування в системі освіти*. Збірник матеріалів конференції. Київ : КМПУВ ім. Б. Грінченка, 2001.
8. Психология экстремальных ситуаций: Хрестоматия / сост. А. Е. Сельченко. М. : АСТ, Мн.: Харвест. 2002. 480 с. 11.
9. Тарабрина Н. В. Практикум по психологии посттравматического стресса. СПб. : Питер, М.- Харьков-Минск, 2001. 27 с.
10. Титаренко Т. М. Життєві кризи: технології консультування. Перша частина. К. : Главник, 2007. 144 с.
11. Титаренко Т. М. Життєві кризи: технології консультування. Друга частина. К. : Главник, 2007. 176 с.
12. Яценко Т. С. Основи глибинної психокорекції: феноменологія, теорія і практика : навч. посібник. К. : 2006. 254 с.

### **Семінарське заняття № 8**

**Тема:** Основні напрями роботи практичних психологів щодо зниження впливу професійного стресу та посттравматичних стресових порушень на особистість.

**Вид заняття:** семінар-розгорнута бесіда.

**Методи:** бесіда, діагностика знань, психологічне дослідження, самостійна робота.

**Мотивація навчання** особистісне і професійне самовдосконалення.

**Мета:**

- *ознайомитись* із основними напрями роботи практичних психологів щодо зниження впливу професійного стресу та посттравматичних стресових порушень на особистість.
- *оволодіти*: знаннями основних соціально-психологічних механізмів дії психолога.
- *вміти*: аналізувати явища повсякденного життя з позицій кризової психології.

**Актуалізація опорних знань:** контрольні запитання з матеріалу попередньої теми. Термінологічний диктант.

**План**

1. Основні стратегії регуляції професійного стресу.
2. Специфіка психологічної роботи в умовах надзвичайної ситуації.
3. Корекція як компонент психологічної роботи.
4. Комунікативні способи психологічної підтримки.
5. Психологічне забезпечення відновлювального періоду діяльності.

**Основні поняття теми:** особистість, спілкування, професійний стрес, надзвичайна ситуація, психоконсультація, психотерапія, психологічна допомога.

**Узагальнення вивченого:** виконання вправ, робота з тестами за темою.

**Завдання для підготовки до семінарського заняття:**

**I. 3** метою узагальнення, успішного виконання вправ, психологічних та контрольних тестів, опрацювавши конспект лекції та рекомендовану літературу, знати відповіді на запропоновані запитання.

**Контрольні запитання до теми.**

1. Які основні стратегії регуляції професійного стресу?

2. В чому полягає специфіка психологічної роботи в умовах надзвичайної ситуації?
3. Які є методи корекції професійно стресу?
4. Які є комунікативні способи психологічної підтримки?
5. В чому полягає психологічне забезпечення відновлювального періоду діяльності?

**II.** Опрацювавши рекомендовану літературу, законспектувати та підготувати виступи з презентацією в PowerPoint відповідно до плану семінарського заняття.

### **Література:**

1. Александровский Ю., Лобастов О., Спивак И. и др. Психогении в экстремальных ситуациях. М., 1991
2. Корекційна робота психолога / упоряд. О. Главник. К. : Шкільний світ, 2002. 112 с.
3. Короленко Ц. П. Психология человека в экстремальных условиях. Л. : Наука, 1978.
4. Кризова психологія : навчальний посібник / За заг. ред. проф. О. В. Тімченка. Х. : НУЦЗУ, 2010. 401 с.
5. Лоренсо Луис Алексис. Психологічні основи міжнародних реабілітаційних програм для потерпілих від крупномасштабних критичних інцидентів : автореф. дис. ... канд. психол. наук. Харків, 2000.
6. Луппо С. Е. Стратегії подолання психічної травми. *Соціальна психологія*. Київ : Український центр політичного менеджменту, 2004. № 5 (7), С. 25–35.
7. Луппо С. Є. Методи психологічного консультування та психотерапії посттравматичних станів. *Сучасні напрямки психологічного консультування в системі освіти*. Збірник матеріалів конференції. Київ : КМІУВ ім. Б. Грінченка, 2001.
8. Психология экстремальных ситуаций: Хрестоматия / сост. А. Е. Сельченко. М. : АСТ, Мн.: Харвест. 2002. 480 с. 11.
9. Тарабрина Н. В. Практикум по психологии посттравматического стресса. СПб. : Питер, М.- Харьков-Минск, 2001. 27 с.

10. Титаренко Т. М. Життєві кризи: технології консультування. Перша частина. К. : Главник, 2007. 144 с.
11. Титаренко Т. М. Життєві кризи: технології консультування. Друга частина. К. : Главник, 2007. 176 с.
12. Яценко Т.С. Основи глибинної психокорекції: феноменологія, теорія і практика : навч. посібник. К. : 2006. 254 с.

## 7. Завдання для самостійної роботи

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		денна форма	заочна форма
1	Есе на тему пропущеного заняття, або заняття, де отримано негативну оцінку	14	14
2	Пошук джерел інформації по темі семінарського заняття в друкованому вигляді (монографії, науково-популярні видання, наукові та популярні статті) - в бібліотеках та в електронному вигляді - в мережі INTERNET та на електронних носіях (CD, DVD).	20	60
3	Конспектування першоджерел чи реферативне повідомлення, що містить аналіз ступеня висвітлення певного питання в підручниках та наукових дослідженнях. Пошук емпіричних методик дослідження особистості.	20	60
4	Підготовка до контрольних заходів	6	6
	<b>Разом</b>	<b>98</b>	<b>140</b>

### Оформлення звіту про самостійну роботу

Підсумком самостійної роботи вивчення дисципліни «Юридична психологія» є складання письмового звіту, есе за темами, вказаними в п.б.

Захист звіту про самостійну роботу відбувається у дні та години, визначені кафедрою для консультацій студентів у конкретного викладача.

### Види самостійної роботи

1. Захист звіту про самостійну роботу.



2. Конспектування першоджерел.
3. Презентація наукового фільму.
4. Написання наукової статті.
5. Підготовка до виступу на студентську конференцію.
6. Участь в олімпіаді з психології.

## **8. Методи контролю**

Поточний контроль знань студентів з навчальної дисципліни проводиться в тестовій формі. Контрольні завдання за змістовим модулем включають тестові питання (3 рівня складності, загальною кількістю понад 500 тестів). Модульний контроль проводиться в навчально-науковому центрі незалежного оцінювання НУВГП.

Контроль самостійної роботи проводиться:

- з лекційного матеріалу – шляхом перевірки конспектів;
- з семінарських занять – на основі перевірки конспектів

та виконаних завдань.

Усі форми контролю включено до 100-бальної шкали оцінки.

Оцінювання результатів поточної роботи (завдань, що виконуються на семінарських заняттях, результати самостійної роботи студентів) проводиться за такими критеріями:

1. Завдання до семінарського заняття (у % від кількості балів, виділених на завдання із заокругленням до цілого числа):

0 % – завдання не виконано;

40% – завдання виконано частково та містить суттєві помилки методичного або розрахункового характеру;

60% – завдання виконано повністю, але містить суттєві помилки у розрахунках або в методиці;

80% – завдання виконано повністю і вчасно, проте містить окремі несуттєві недоліки (розмірності, висновки, оформлення тощо);

100% – завдання виконано правильно, вчасно і без зауважень.

2. Ситуаційні вправи, психолого-педагогічні дослідження та інші завдання творчого характеру (у % від кількості балів, виділених на завдання із заокругленням до цілого числа):

0% – завдання не виконано;

40% – завдання виконано частково, висновки не аргументовані і не конкретні, звіт підготовлено недбало;

60% – завдання виконано повністю, висновки містять окремі недоліки, судження студента не достатньо аргументовані, звіт підготовлено з незначним відхиленням від вимог;

80% – завдання виконано повністю і вчасно, проте містить окремі несуттєві недоліки не системного характеру;

100% – завдання виконано правильно, вчасно і без зауважень.

### **Розподіл балів, які отримують студенти**

Поточне тестування та самостійна робота								іспит	Сума
Модуль 1				Модуль 2		Модуль 3			
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8		
6	6	8	8	8	8	8	8	40	100

T1, T2 ... T8 – теми змістових модулів.

## Шкала оцінювання навчальних досягнень студентів

Вид заняття	Бали
<b>1. Поточна складова оцінювання</b>	
1.1. Тема 1. Предмет, задачі та методи кризової психології.	5
1.2. Тема 2. Основні поняття, що використовуються в межах кризової психології, їх семантичний та феноменологічний аналіз.	5
1.3. Тема 3. Класифікація кризових ситуацій та їх психологічний аналіз.	5
1.4. Тема 4. Психологічні наслідки діяльності в умовах кризових ситуацій.	5
1.5. Тема 5. Оцінка професійного стресу та посттравматичних стресових порушень, при виконанні задач в умовах кризових ситуаціях.	5
1.6. Тема 6. Психологічні складові екстремальної надійності особистості.	5
1.7. Тема 7. Концептуальні положення екстремальної професійно-психологічної підготовки особистості.	5
1.8. Тема 8. Основні напрями роботи практичних психологів щодо зниження впливу професійного стресу та посттравматичних стресових порушень на особистість.	5
1.9. Самостійна робота	20
<b>Всього поточна складова оцінювання:</b>	<b>60</b>
<b>2. Підсумкова складова оцінювання</b>	
2.1. Модульний контроль №1	20
2.2. Модульний контроль №2	20
<b>Всього підсумкова складова оцінювання:</b>	<b>40</b>
<b>Разом:</b>	<b>100</b>

## Шкала оцінювання

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка за національною шкалою	
	для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90-100	відмінно	зараховано
82-89	добре	
74-81		
64-73	задовільно	
60-63		
35-59	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

## 9. Питання до модульного контролю з дисципліни «Кризова психологія»

### Модуль 1.

1. Кризова психологія як наукова галузь, її предмет, категорії і завдання.
2. Поняття кризи та кризової ситуації.
3. Характеристика життєвих криз за ознакою передбачуваності.
4. Поняття біографічної кризи, її види.

5. Типові симптоми життєвої кризи.
6. Динаміка переживання кризи особистістю.
7. Характеристика типів ставлення особистості до кризи.
8. Типи реакцій людини на переживання життєвої кризи.
9. Зміст картограми життєвої кризи.
10. Поняття про копінг, його функції та класифікація.
11. Характеристика соціальних і особистісних копінг-ресурсів.
12. Поняття про вікові кризи, їх призначення та типові симптоми.
13. Характеристика нормативних криз епохи дитинства.
14. Характеристика нормативних криз підліткового та юнацького віку.
15. Характеристика нормативних криз епохи дорослості.
16. Характеристика нормативних криз професійного розвитку особистості.
17. Поняття про психічну втрату та травматичну кризу.
18. Зміст кризи, спричиненої втратою близької людини.
19. Суть і перебіг кризи розлучення.
20. Хвороба як причина особистісної кризи.
21. Переживання кризи особистістю, яка втратила роботу.
22. Загальна характеристика травматичної кризи.
23. Основні форми та методи роботи кризового психолога.
24. Базові психодіагностичні методики кризової психології.
25. Види психологічної допомоги особистості у кризовому стані.
26. Перша психологічна допомога особистості у кризовому стані.
27. Методи самопомоги особистості, що переживає кризу.
28. Зміст та реалізація кризової інтервенції.
29. Особливості застосування методів кризової психології.
30. Специфіка надання психологічної допомоги дітям і дорослим у кризовому стані.
31. Кризова психологія вивчає:
32. Об'єктом кризової психології є:
33. До основних етапів розвитку кризової психології відносять:
34. Методи кризової психології можна поділити на дві основні групи:

35. Збирання фактів за спеціально створених умов, які забезпечують активний прояв психічних явищ, що вивчаються – метод:
36. Одержання інформації фактів за допомогою аналізу матеріальних результатів психічної активності – метод:
37. Одержання відомостей про людину від осіб, які можуть досить повно та компетентно її характеризувати – метод:
38. Активна та цілеспрямована діяльність, метою якої є зміна параметрів психіки чи поведінки об'єкта спілкування – це:
39. Виберіть правильне визначення:
40. Яка з закономірностей не входить до предмету кризової психології:
41. Дайте вірний варіант основних складових частин кризової психології:
42. До теоретико-методологічних засад кризової психології не відносяться:
43. Методами кризової психології є:
44. Соціальні норми - це:
45. Кризова психологія вивчає:
46. Основні компоненти правосвідомості:
47. Що є елементом суспільного управління, засобом контролю та засобом орієнтації особистості в суспільстві?
48. Основні види нормативних систем:
49. Віктимна поведінка - це:
50. Який розділ кризової психології вивчає особистість жертви:
51. Особистість жертви - це:
52. Вкажіть невірне судження:
53. Людина стає героєм з точки зору психології:
54. Особистість жертви – це:
55. На формування особистості жертви впливають:

## **Модуль 2**

1. Діяльність експерта як співробітника відповідної судово-експертної установи чи експертно-криміналістичного підрозділу, також і спеціаліста – це:
2. Суб'єктами експертно-криміналістичної діяльності є:

3. Поняття “судово-експертна діяльність”:
4. Докладний опис проведених експертом досліджень та зроблені за їх результатами висновки, обґрунтовані відповіді на запитання, поставлені особою, яка залучила експерта, або слідчим суддею чи судом, що доручив проведення експертизи – це:
5. Суб'єктом судово-експертної діяльності може бути:
6. Мислення оперування визначеною сукупністю фактів, встановлення нових фактів з метою пізнання об'єктивної істини у справі – це:
7. За своєю природою експертні помилки можуть бути:
8. Планування та реалізація планів за допомогою складного структурування ситуацій; визначення послідовності вивчення об'єктів, способів і методів дослідження, термінів і порядку проведення окремих досліджень – це сутність:
9. Види адаптації особистості:
10. Суїцидологія як наукова галузь.
11. Сучасний стан проблеми суїциду в Україні: основні тенденції та риси.
12. Кризове суспільство як сприятливий фактор виникнення суїцидальних тенденцій.
13. Особливості організації допомоги суїцидентам в Україні.
14. Детермінанти аутоагресивної поведінки з точки зору психодинамічної концепції.
15. Проблема самогубства як дезадаптивна реакція особистості на життєву кризу.
16. Нейрофізіологічні механізми аутоагресії.
17. Детермінанти суїцидальної поведінки дітей і підлітків.
18. Роль алкоголю та наркотиків у виникненні та реалізації суїцидальних тенденцій.
19. Суїцидонебезпечні стани в осіб інволюційного віку та етапи профілактики цих станів.
20. Чинники суїцидальної поведінки у хворих на шизофренію.
21. Частота та поширеність самогубств серед психічно хворих.
22. Методи психологічної превенції суїцидів.

23. Процес втручання в реалізацію суїцидальних дій.
24. Суть кризової психологічної інтервенції.
25. Техніки психологічного консультування суїцидальної особистості.
26. Особливості переживання людьми самогубства близьких.
27. Особливості прояву ПТСР як наслідку переживання самогубства близької людини.
28. Особливості соціальних зв'язків і стосунків суїцидентів.
29. Схема збору анамнезу психологом під час проведення бесіди з суїцидентом.
30. Етіологічна та морфологічна класифікація соціальних типів самогубств.
31. Особливості телефонного консультування клієнта, який виявляє суїцидальні наміри.
32. Правила психотерапії суїцидального клієнта (за Хайнцом Хензелером).
33. Сутність формування навичок психологічної допомоги при суїциді.
34. Діяльність Української соціально-психологічної консультативної телефонної служби з запобігання суїцидам.
35. Принципи побудови терапії постсуїцидальних станів.
36. Поняття і процедура поственції.
37. Програма з попередження суїцидів за Р. Комером.
38. Антисуїцидальні чинники особистості за Л.Е. Орбан-Лембрик та Н.В. Абдюковою.
39. Технології надання психологічної допомоги суїцидентам.
40. Джерела психосоматичних захворювань.
41. Етапи перебігу складних життєвих ситуацій.
42. Етапи роботи з особами із психосоматичними захворюваннями.
43. Застосування когнітивно-поведінкової терапії при роботі з психосоматичними захворюваннями.
44. Застосування гештальт-терапії при роботі з психосоматичними захворюваннями.



45. Застосування позитивної психотерапії при роботі з психосоматичними захворюваннями.
46. Застосування психосинтезу при роботі з психосоматичними захворюваннями.
47. Застосування символдрами при роботі з психосоматичними захворюваннями.
48. Застосування сугестивної психотерапії при роботі з психосоматичними захворюваннями.
49. Застосування транзактивного аналізу при роботі з психосоматичними захворюваннями.
50. Зміст адаптаційних ресурсів особистості.
51. Зміст ментальних ресурсів особистості.
52. Зміст поняття складних життєвих обставин в кризовій психології.
53. Зміст, мета, завдання та предмет психосоматики як науки.
54. Зміст понять «психологічне здоров'я» та «психологічне благополуччя».
55. Зміст понять «ресурс» і «ресурс особистості».
56. Зміст психологічних ресурсів особистості.
57. Зовнішні і внутрішні ресурси особистості.
58. Класифікація наукових поглядів на психосоматичні ресурси особистості.
59. Класифікація складних життєвих обставин в кризовій психології.
60. Критерії психологічного здоров'я.
61. Модель психологічного здоров'я та її складові.
62. Основні ресурси подолання особистістю складних життєвих обставин.
63. Психологічний захист особистості в складних життєвих обставинах.
64. Складові психологічного здоров'я та благополуччя.
65. Сучасні концепції ресурсів особистості.
66. Теорії психологічної допомоги при психосоматичних захворюваннях.
67. Чинники порушення психологічного здоров'я.

68. Фактори, які негативно впливають на психологічне здоров'я та благополуччя особистості.
69. Чинники психологічного благополуччя особистості.
70. 1. Дайте наукове визначення життєвої кризи:
71. Укажіть, що є ненормативною кризою:
72. Визначте, чим зумовлене ігноруюче ставлення людини до кризової ситуації:
73. Визначте, чим характеризується демонстративне ставлення людини до кризової ситуації:
74. Укажіть, чим визначається продуктивне ставлення людини до кризової ситуації:
75. Укажіть, чим характеризується перша стадія життєвої кризи людини:
76. Укажіть, чим супроводжується найглибша стадія життєвої кризи людини:
77. Назвіть класифікацію життєвих криз, запропоновану О.А. Донченко та Т.М. Титаренко:
78. Назвіть класифікацію бібліографічних криз у житті людини (за Р.А. Ахмеровим):
79. Назвіть механізми формування кризової поведінки людини:
80. Назвіть типи життєвих криз із позиції рольової теорії:
81. Укажіть, на чому базується техніка «вільних асоціацій» З.Фрейда:
82. Назвіть психологічні проблеми у межах клієнтцентованої психотерапії К. Роджерса:
83. Назвіть загальноприйняте наукове розуміння кризового консультування:
84. Визначте основне завдання психотерапії:
85. Назвіть основні завдання кризового консультування:
86. Назвіть найголовніші спеціальні здібності кризового консультанта:
87. Укажіть, чим зумовлюється стиль роботи кризового консультанта:
88. Назвіть здібності та вміння, які складають емоційну культуру кризового консультанта:

89. Назвіть стратегічні лінії роботи кризового консультанта з клієнтом при вирішенні його критичної ситуації:
90. Назвіть стратегію допомоги кризового консультанта клієнтові при вирішенні його кризової ситуації:
91. Укажіть засоби впливу кризового консультанта на клієнта при вирішенні його екзистенційної ситуації:
92. Назвіть універсальну техніку кризового консультування:
93. Укажіть, на чому базується мікротехніка саморозкриття:
94. Назвіть вимоги до мікротехніки «постановка питань»:
95. Назвіть негативні ефекти кризового консультування:
96. Назвіть емоційні ускладнення внаслідок кризового консультування:
97. Назвіть оптимальні дії психолога у разі виникнення деструктивних емоцій у учасників конфлікту:
98. Назвіть здатність спеціаліста конструктивно усвідомлювати всі елементи конфлікту та основні цінності, які взаємодіють у ньому:
99. На якій стадії стресу відбувається повна мобілізація організму?
100. Які із симптомів властиві емоційному стресові?

## 10. Рекомендована література

### Базова:

1. Александровский Ю., Лобастов О., Спивак И. и др. Психогении в экстремальных ситуациях. М., 1991
2. Корекційна робота психолога / упоряд. О. Главник. К. : Шкільний світ, 2002. 112 с.
3. Короленко Ц. П. Психология человека в экстремальных условиях. Л. : Наука, 1978.
4. Кризова психологія : навчальний посібник / За заг. ред. проф. О. В. Тімченка. Х. : НУЦЗУ, 2010. 401 с.
5. Лоренсо Луис Алексис. Психологічні основи міжнародних реабілітаційних програм для потерпілих від крупномасштабних критичних інцидентів : автореф. дис. ... канд. психол. наук. Харків, 2000.
6. Луппо С. Е. Стратегії подолання психічної травми. *Соціальна психологія*. Київ : Український центр політичного менеджменту, 2004. № 5 (7), С. 25–35.
7. Луппо С. Є. Методи психологічного консультування та психотерапії посттравматичних станів. *Сучасні напрямки психологічного консультування в системі освіти*. Збірник матеріалів конференції. Київ : КМПУВ ім. Б. Грінченка, 2001.
8. Психология экстремальных ситуаций: Хрестоматия / сост. А. Е. Сельченко. М. : АСТ, Мн.: Харвест. 2002. 480 с. 11.
9. Тарабрина Н. В. Практикум по психологии посттравматического стресса. СПб. : Питер, М.- Харьков-Минск, 2001. 27 с.
10. Титаренко Т. М. Життєві кризи: технології консультування. Перша частина. К. : Главник, 2007. 144 с.
11. Титаренко Т. М. Життєві кризи: технології консультування. Друга частина. К. : Главник, 2007. 176 с.
12. Яценко Т.С. Основи глибинної психокорекції: феноменологія, теорія і практика : навч. посібник. К. : 2006. 254 с.

### Допоміжна:

1. Амбрумова А. Г. Анализ состояний психологического кризиса и их динамика. *Психологический журнал*. 1985. Т. 6, № 6. С. 107–115.
2. Анцыферова Л. И. Личность в трудных жизненных условиях : переосмысливание, преобразование ситуаций и психологическая защита. *Психологический журнал*. 1994. Т. 15, № 1. с. 318.
3. Бондаренко А. Ф. Психологическая помощь: теория и практика М. : Класс, 2001. 331 с.
4. Братусь Б. С. К проблеме развития личности в зрелом возрасте. Вестн. Моск. ун-та, сер. 14, психол-я, 1980 № 2. С. 3–12.
5. Варбан Е. А. Жизненный кризис : попытка определения. *Журнал практикующего психолога*. 1997. Вып. 3. С. 153–161.
6. Варбан Є. О. Психодіагностика стратегій подолання критичних життєвих ситуацій : деякі підходи та методи. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. Серія № 12, Психологічні науки. К., 2007. № 17 (41), ч. 2. С. 177–182.
7. Василюк Ф. Е. Жизненный мир и кризис : типологический анализ критических ситуаций. *Психологический журнал*. 1995. Т. 16, № 3. С. 90–101.  
– Выготский Л.С. Проблема возраста. *Собрание сочинений* : В 6 т. М., 1984 (б) Т.4. С. 244–269.
8. Загайнов Р. М. К поиску практических путей преодоления кризисных ситуаций : (на материале спортивной деятельности). *Психология с человеческим лицом : гуманистическая перспектива в постсоветской психологии* / под ред. Д. А. Леонтьева, В. Г. Щур. М. : Смысл, 1997. С. 274–283.
9. Крюкова Т. Л. Возрастные и кросскультурные различия в стратегиях совладания. *Психологический журнал*. 2005. Т. 26, № 2. С. 5–15.
10. Ромек В. Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. СПб. : Речь, 2005. 256 с.

11. Семичов С. Б. Теория кризисов и психопрофилактика : (обзор литературы). *Труды Ленинградского научно исследовательского психоневрологического института имени В. М. Бехтерева*. Л., 1978. Т. 63 : Неврозы и пограничные состояния. С. 96–99.
12. Фонтана Д. Как справиться со стрессом / Дэвид Фонтана. Как справиться с кризисом / Гленис Перри. Как жить с вашей болью / Аннабел Брум, Хелен Джеллико : пер. с англ. Т. М. Марютиной. М. : Педагогика-Пресс, 1995. 352 с.

## 11. Інформаційні ресурси

1. Національна бібліотека ім. В. І. Вернадського. URL: <http://www.nbuv.gov.ua/>
2. Рівненська обласна універсальна наукова бібліотека (м. Рівне, майдан Короленка, 6). URL: <http://www.lib.rv.ua/>
3. Рівненська централізована бібліотечна система (м. Рівне, вул. Київська, 44). URL: <http://cbs.rv.ua/>
4. Наукова бібліотека НУБГП (м. Рівне, вул. Олексі Новака, 75). [http://nuwm.edu.ua/MySql/page\\_lib.php](http://nuwm.edu.ua/MySql/page_lib.php)
5. Психологічний сайт. URL: <http://psychology.net.ru/>
6. Психологічний сайт. URL: <http://psy.ft.inc.ru/index.shtml>
7. Психологічний сайт. URL: <http://psy.com.ru>
8. Психологічний сайт. URL: <http://www.pssp.nm.ru/>
9. Психологічний сайт. URL: <http://www.pssp.nm.ru/>
10. Психологічний сайт. URL: <http://psihogarmonik.narod.ru/>
11. Психологічний сайт. URL: [http://old.weblist.ru/russian/Social\\_science/Psychoanalysis](http://old.weblist.ru/russian/Social_science/Psychoanalysis)
12. Психологічний сайт. URL: <http://passion.sitcity.ru/>
13. Психологічний сайт. URL: [http://www.psychol.ras.ru/ippp\\_pfr/journal/](http://www.psychol.ras.ru/ippp_pfr/journal/)
14. Психологія та соціологія. URL: <http://tipolog.narod.ru/index.html>
15. Психологічний сайт. URL: <http://psy.piter.com/>
16. Психологічний сайт. URL: <http://psychology.net.ru/>

17. Психологічний сайт. URL:  
<http://psy.ft.inc.ru/index.shtml>
18. [ispp.org.ua](http://ispp.org.ua) – офіційний сайт Інституту соціальної та політичної психології АПН України
19. <http://socionet.ru/> - Соціонет – інформаційний простір з суспільних наук
20. <http://www.ras.ru/russian/RAS/ofcpp.html> – відділення філософії, соціології, психології і права РАН.
21. [www.uceps.com.ua/ukr/all/sociology](http://www.uceps.com.ua/ukr/all/sociology) (Архів соціологічних даних Українського центру економічних і політичних досліджень імені Олександра Разумкова, м. Київ).
22. [www.ukrstat.gov.ua](http://www.ukrstat.gov.ua) (Статистичні матеріали Держкомстату України).
23. Державна служба з надзвичайних ситуацій. Офіційний веб-сайт. URL: <http://www.mns.gov.ua>
34. Сборник научных трудов: «Проблемы чрезвычайных ситуаций». URL: [http://nuczu.edu.ua/rus/science/y\\_pns/](http://nuczu.edu.ua/rus/science/y_pns/)